

ABSTRAK

Konstipasi merupakan salah satu masalah pada masa nifas awal yang erat kaitannya dengan asupan nutrisi. Berdasarkan survei awal di BPS Riayah Desa Ngimbangan Mojosari Mojokerto dari 8 orang ibu nifas, sebagian besar (62,5%) mengalami konstipasi. Dan hampir setengahnya (37,5%) ibu dapat BAB kurang dari 3 hari setelah melahirkan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan asupan nutrisi dengan kejadian konstipasi pada ibu nifas di BPS Riayah Desa Ngimbangan Mojosari Mojokerto.

Jenis penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasinya adalah seluruh ibu nifas yang melakukan kunjungan di BPS Riayah sebanyak 23 orang. Besar sampel 22 responden yang di ambil secara "*simple random sampling*". Sumber penelitian ini data primer. Variabel independen adalah asupan nutrisi sedangkan variabel dependen adalah kejadian konstipasi. Analisis menggunakan uji *Fisher* dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian hampir setengahnya (40,9%) responden asupan nutrisinya kurang dan sebagian besar (59,1%) mengalami konstipasi. Uji statistik *Fisher* didapatkan hasil = 0,005, artinya $<$ maka hipotesis nihil (H_0) ditolak artinya ada hubungan asupan nutrisi dengan kejadian konstipasi pada ibu nifas di BPS Riayah Desa Ngimbangan Mojosari Mojokerto.

Disimpulkan semakin baik asupan nutrisi semakin jarang mengalami konstipasi. Sebaiknya petugas kesehatan memberikan konseling tentang pentingnya asupan nutrisi yang sesuai kebutuhan ibu nifas untuk mencegah kejadian konstipasi.

Kata Kunci: Asupan nutrisi, konstipasi, ibu nifas